第一图书网, tushu007.com

<<药房里买得到的传世名方>>

图书基本信息

书名：<<药房里买得到的传世名方>>

13位ISBN编号：9787535771568

10位ISBN编号：7535771564

出版时间：2012-4

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：佟彤

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

药房里那些有千年历史的好药大家随手就可以在药店、药房买到的中成药，很多已经有了成百上千年的使用历史，是久经考验的经典名方，比如大家熟悉的六味地黄丸、生脉饮，迄今已经使用了一千余年，国人能繁衍生息到今天，某种程度上就是它们效验的佐证。
遗憾的是，不是所有人都能正确地认识和使用这些传世国粹，这就使得我们与病愈、健康的目标多了失之交臂的可能。
一般来说，选中成药的依据有两个，首先是店员推荐。
商家是要挣钱的，推荐的自然是价格贵的，但是很多药物之所以可以使用几百年甚至上千年，就是因为它的组方精炼，方子一精炼，价格就下来了，即便有厂家生产，店员推销起来也不起劲，比如能消肿利水甚至对皮肤有紧致作用，出自医圣张仲景之手，迄今使用将近两千年的五苓散；比如在吃补药之前常须服用的胃肠“清道夫”二陈丸，因为只有四五味药，所以价格非常便宜。
另一个重要的问题是，中医治病可以是不同的病状使用同一个方子、同一种药，还是这个五苓散，药品说明上治疗“小便不利”，但因为“小便不利”和“身体水肿”甚至“皮肤发胖”都可以缘于脾。前言虚，如果仅仅看说明书，它可能只是一种普通的利尿药，但是如果你了解了中医医理，完全可以活用为女人阳气不足、气化不利时最好的“皮肤紧致剂”。
中医的五脏六腑和我们能看到、摸到的五脏六腑不是一回事，中医的心、肝、脾、肺、肾其实是一个个系统功能的组合，是没有实质器官相对应的，“肝郁”中的“肝”不是得了肝炎的肝，肾炎中的肾也不是中医“肾虚”所指的“肾”。
但作为国粹，很多人对此并不了解，因此患肝炎去吃龙胆泻肝丸，患肾炎直接吃肾气丸的大有人在，无论是经典的中成药本身还是吃药的人，都是这种错误的受害者。
挑选中成药的第二个依据就是药名，但有的药名和药效是相反的，比如最常用的感冒清热冲剂，它更恰当的名称应该是“感冒驱寒冲剂”，因为这是一组温性药物，适合治疗的是因为着凉引起的感冒发热，而不是有内热或者感受风热的感冒，如果只凭药名，估计就要选错了。
为了避免凡此种种遗憾，也为了让大家了解普通的中成药很不普通的潜力，我写了这本书。
佟彤

第一图书网, tushu007.com

<<药房里买得到的传世名方>>

内容概要

六味地黄丸、加味逍遥丸、牛黄解毒丸、藿香正气水、健胃消食片……这些耳熟能详，至今仍广为传用的中成药，你知道它们的渊源和功能主治吗？
这些经典名方已经服务了中国人上百甚至上千年。

《药房里买得到的传世名方》遵循“上医治人”的中医观点，列出了18类62种经典中成药，这些中成药都是出自中医典籍，由历代名医精心创制的经典药方传承演化而来，已经使用了成百上千年。
《药房里买得到的传世名方》针对现代人最常罹患的疾病，如头痛、感冒、上火、便秘、腹泻、胃痛、肥胖、肾虚、失眠、痛经等，解析如何选择合适的中成药，来进行日常的自我治疗与保健。
同时为那些被我们用反、用窄、用歪了的中成药正名，纠正日常生活中的用药错误，阻止读者进一步在生活中因为用错药而事倍功半，延误病情。
让那些被“埋没”的古代国医经典换上新装，继续为今人所用，发挥它们的神奇魅力。

作者简介

佟彤，毕业于北京中医药大学中医系。
曾供职于中国中医科学院基础理论研究所，参与国家级“十五”攻关课题“脾虚症的临床与试验研究”，并创办编辑国家级刊物《中国中医基础医学杂志》。
后长期从事医疗卫生领域的新闻报道与医学科普文章写作，开设专栏《九九归医》《佟彤分诊》，现为《北京晨报》首席记者。
江苏卫视《名医》、山东卫视《养生》、MSN中文网《名医讲堂》、凤凰网《健康三人行》嘉宾主持；北京卫视《养生堂》、湖南卫视《百科全说》、江苏卫视《万家灯火》、河北卫视《健康56点》等多档健康养生节目的主讲专家。
曾出版《不疲劳的生活》《不上火的生活》《脸要穷养，身要娇养》等多部畅销书。

<<药房里买得到的传世名方>>

书籍目录

前言
第一章 经典老药的三大不幸
感冒清热冲剂、肾气丸 最易被用反的中成药
五苓散、二陈丸 最易被用窄的中成药
龙胆泻肝丸、牛黄解毒丸 最易被用歪的中成药
第二章 八大补益珍藏
补中益气丸 无名低热时该用的补药
“ 文弱书生 ” 常备的药物
不退的高热被补药治好了
命中欠“ 土 ” 的人会罹患重病
体弱的孩子吃“ 儿童版 ” 补中益气丸
金匮肾气丸 不会反弹的减肥药
性功能障碍不等于肾阳虚
十个胖子九个肾虚
起夜多了，鼻涕、哈喇子多了，说明你老了
有毒的硫黄能起死回生
人参归脾丸“ 慈母综合征 ” 的首选
归脾丸可以把黄瘦子吃成白胖子
《黄帝内经》说：人是一种适合黄色的虫子
病人能吃，治愈希望就大
附子理中丸 中成药里的“ 纯爷们儿 ”
寒邪最容易击中最柔软的地方
附子理中丸也是减肥药 051你的唾液是甜的吗
腹泻和便秘都可以源于阳虚
八珍丸开给“ 黄脸婆 ” 的美容方
“ 黄脸 ” 女人不能只补血
有神气的面色才是好气色
女人“ 扫黄 ”，从立秋开始
生脉饮 夏天能吃的补品
出大汗是会“ 伤心 ” 的
唯一能在夏天吃的补药
人参补气是有条件的
你可以自制的生脉饮
六味地黄丸四十多岁男人该吃的保养药
年过四十的男人多有肾阴虚
什么样的人才会不“ 上火 ”
总觉得鞋底薄，腰发酸就是肾阴虚
养阴清肺丸很好喝的“ 皮肤保湿剂 ”
肺是五脏中最娇气的
能喝的“ 皮肤保湿剂 ”
抹在脸上的营养很少能被皮肤吸收
干燥季节的“ 保湿梯队 ”
第三章 八类调养上品
二陈丸给胃肠去污的“ 清道夫 ”
吃补药前先用二陈丸清肠胃

舌苔白腻和舌苔黄腻，用药性质不同
橘子皮加半夏能让你沾枕头就睡着
五苓散让老人口不渴，让女人脸紧致
奇了，“尿崩症”的女人被利尿药治好了
夜里都口渴，试试五苓散
五苓散能使女人脸变紧致
中成药说明书 先看“用于”后面的第一句
越鞠保和丸专治气饱了的人们
最初是“怨妇”的专用药
撒开了抽烟喝酒的人，怎么癌症还能痊愈
“越鞠丸”治疗的堵闷多有生气“前科”
心里有苦水，胃里吐酸水
加味逍遥丸能吃的“祛斑战痘”美容剂
“食色性也”的意思提示：消化和生殖功能受精神影响最大
打不开的“心结”能耗出身病
不到更年期脸上却忽冷忽热
可以吃的“战痘祛斑”剂
逍遥丸已经从“女性专用”转“男女共用”
可以治疗使用“壮阳药”无效的阳痿病人
从唐代就开始用的安眠药
安神温胆丸：先壮身体后壮胆
朱砂安神丸：专治眼睛含水的失眠人
天王补心丹：开给“文弱书生”的安眠药
柏子养心丸：越累越睡不着的失眠者
第四章 四种驱邪经典
银翘解毒丸被验证了两百年的感冒药
舌边尖红，嗓子疼的感冒是热性的
体温骤然升高的感冒很可能是“流感”
治感冒别忘通大便
感冒时也可以吃补药
龙胆泻肝丸长在腰上的疱疹，偏于左侧的头痛
专治长在腰部的“带状疱疹”，发于左侧的“偏头痛”
这个“祛火”药能解决隐私问题
“泻肝丸”也能泻心火
清肝疏肝时要用当归“护驾”
牛黄清心丸当你心力交瘁时
乐疯了的范进该吃牛黄清心丸
过分贪吃是“心火”问题
家中该备的中医“急救三宝”
少腹逐瘀丸十个女人九个瘀
十个女人九个瘀
“血瘀女”的通便药
有瘀血的疼痛，痛点固定不移
附录 家庭常备中成药用法速查表

章节摘录

编辑推荐

《药房里买得到的传世名方》编辑推荐：1.畅销书作者、身心养生专家佟彤，历经五年积淀，最倾注心血的健康新作。
2.从汉代医圣张仲景，到唐代药王孙思邈，从医学典籍《伤寒杂病论》到药学巨著《千金方》，传承千百年的经典名方，都是中医智慧的精华。
3.历代名医创制的名方，“根正苗红”，小偏方都是“游击队”，传世名方才是“正规军”。
4.62种常用中成药，易得易用，安全方便。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com